

Утверждаю

Директор
ООО "Общепит", Комсомольский д/с
_____/Н.В. Горбунова/

МЕНЮ

29 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2004	302	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,7	5,5	37,5	223	0,3
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,4	37	0
Итого			440	9,8	6,7	67,5	365	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	14/2	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	50	0,7	5	4,3	66	6,7
2008	75	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	3,4	10,8	79	5,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	180	10,9	24,8	30,1	374	1
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,6	49	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			680	17	33,8	78	670	14,5
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,1	17	75	41,3
Итого			200	0,4	0,1	17	75	41,3
Ужин								
2004	267	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	4	4,7	25,9	158	3
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,1	2,4	15,2	89	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	33	0
Итого			420	9,3	7,3	69,6	375	3,1
Всего				37	48	242	1528	61,2

Составил _____